

IL SAPORE BUONO DEL PANE

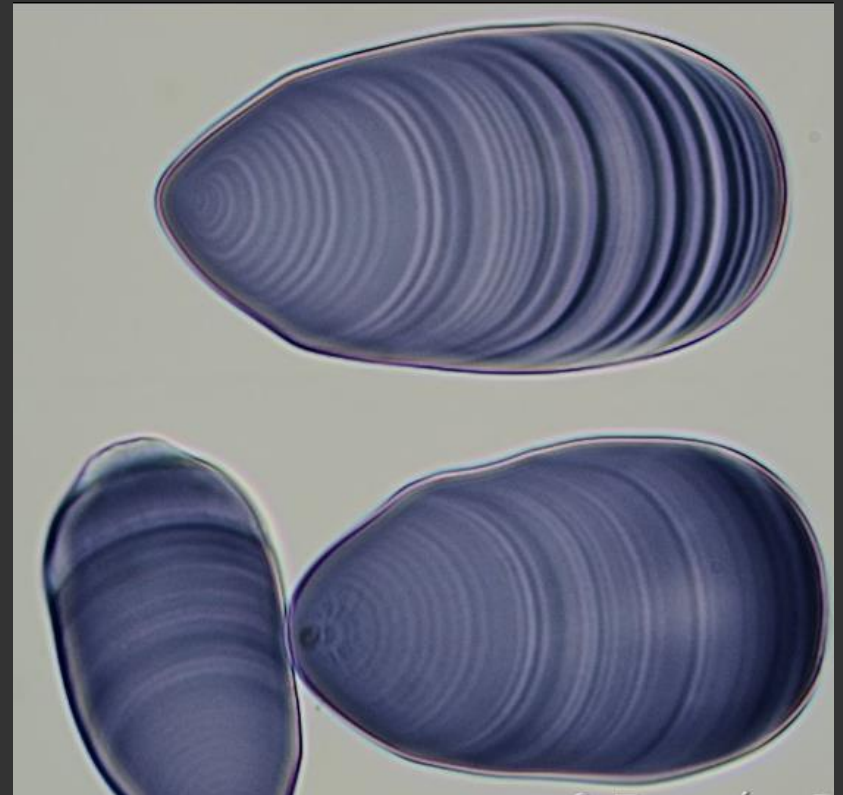
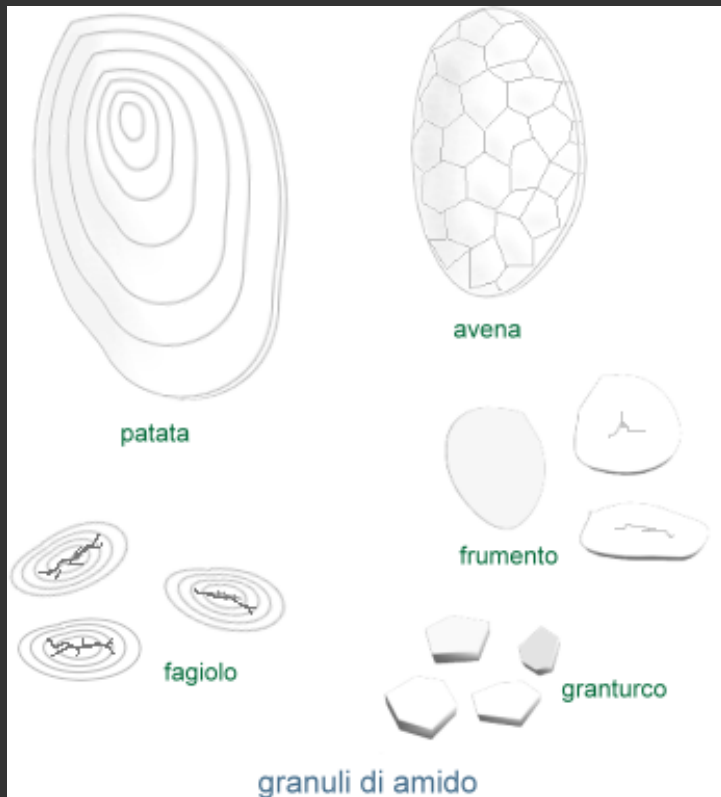
Perché il pane piace a tutti?

**E perché una volta assaporato non
stanca mai?**

Partiamo dall'inizio...

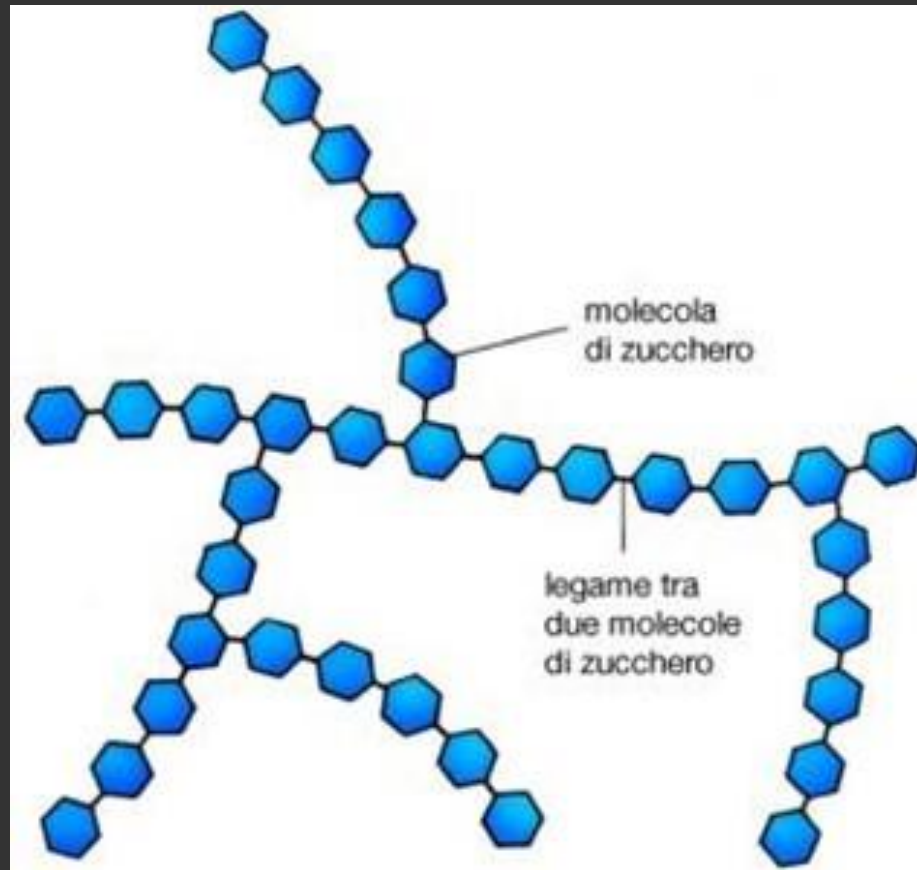
La cellula vegetale oltre ai cloroplasti per fare la fotosintesi, contiene altri **plastidi incolori**, fra cui gli **amiloplasti**.

Essi contengono l'**amido**, la preziosa sostanza di **riserva energetica** per la pianta.



Amiloplasti al microscopio e colorati

L'amido è un **polisaccaride** prodotto dalle piante mediante la fotosintesi; è un polimero del glucosio, cioè costituito da tante unità di zucchero legate tra loro in maniera lineare e ramificata (come lunghe collane dove le perle sono le molecole di glucosio). Queste catene vengono deposte nelle cellule all'interno degli amiloplasti in strati concentrici.



Le piante accumulano amido come **riserva energetica** per fronteggiare l'inverno o per **consentire la germinazione** del seme ed il successivo sviluppo della pianticella.

In particolare, l'amido si accumula
nel **chicco di riso**,
nelle **patate** e altri **tuberi**,
ma anche nella **frutta**
e nei **rizomi**.



Altri **alimenti** che lo contengono in **gran quantità** sono **pane, pasta, castagne.**

La pianta a noi più familiare, i cui frutti o ***cariossidi*** sono ricchi di amido, è il **frumento o grano (*Triticum*)**; i “chicchi”, se **macinati**, producono **farina**, in generale usata per fare il pane.



Il frumento fu tra le **prime piante** ad essere **coltivate**.

Il centro della sua domesticazione è stato identificato nell'ampia area che dalle montagne dell'Anatolia raggiunge la Palestina, la **valle del Tigri e dell'Eufrate** e l'Egitto; per la sua forma è stata definita la "**Mezzaluna fertile**".

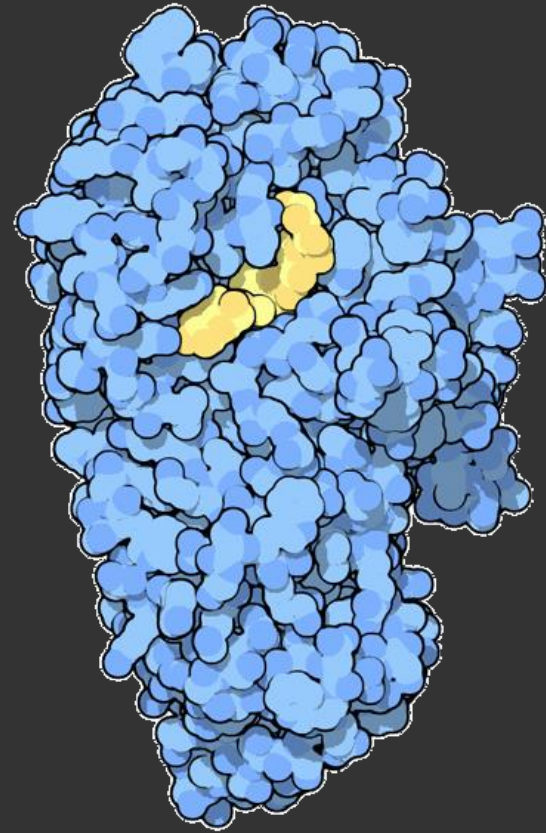
Il pane è alla base della nostra alimentazione ed è il nostro nutriente energetico preponderante.



Ma perché il pane piace a tutti?

La **digestione**, si sa, **inizia nella bocca**, dove l'**amido** viene **decomposto** in particelle più piccole, grazie agli enzimi della saliva, che sono dolciastre.

E, se **mastichiamo a lungo** un pezzo di pane, riusciamo a sentirne il **sapore dolce**:
è per questo che il sapore del pane ci **piace**, ci **appaga**.



L'enzima ***alpha-amilasi*** salivare

Anche il **profumo** del pane appena sfornato è una cosa incredibile, mette subito di **buon umore...**



Cosa occorre per fare il pane....?

Se avete fatto almeno una volta il pane a casa, sapete che occorrono
farina, acqua e...

lievito, quello fresco, però!

Una volta preparato, l'impasto va fatto **lievitare**.

La lievitazione è quel processo
biochimico che si chiama
fermentazione alcolica.

Il termine deriva dal latino **fervere**
(ribollire), usato per indicare che
l'impasto è irrequieto, cresce.



La **fermentazione** è operata da **microrganismi unicellulari**, dei quali il più noto è senz'altro il ***Saccharomyces cerevisiae***, che costituisce il comune **lievito di birra**.

I panetti di lievito che troviamo in vendita, detti **lievito di birra**, non sono altro che *S. cerevisiae* ed è probabilmente il **lievito più importante** nell'ambito **dell'alimentazione umana**.



Questa fermentazione si definisce **alcolica** ed è la stessa che porta alla formazione del vino a partire dal mosto d'uva, ricco di zuccheri.

Si svolge in **due fasi**:

- nella prima il **lievito spezza gli zuccheri** complessi (come l'amido);
- nella seconda **produce etanolo** (o alcol etilico) e **anidride carbonica**.



Fermentazione del vino

L'anidride carbonica farà gonfiare e salire l'impasto che si dirà, appunto, **lievitato**

*(Il regno dei cieli si può paragonare al **lievito**, che una **donna** ha preso e **impastato** con tre misure di **farina** perché **tutta si fermenti** Matteo 13,33).*

Il processo serve ai microrganismi per **ricavare energia** in assenza di ossigeno così, a partire dagli zuccheri presenti nell'impasto,

producono **alcol etilico** che...

darà il profumo al pane!



Il lievito... quello fresco, però!

San Paolo (prima lettera ai Corinzi, 5,7-8) afferma:

"Togliete via il lievito vecchio, per essere pasta nuova... Cristo, nostra Pasqua, è stato immolato".

Con queste parole ci insegna che dentro la pasta vecchia dell'umanità è **stato messo un "lievito" nuovo** che è in grado di trasformarla.



Il "lievito nuovo"
è Cristo morto-risorto.

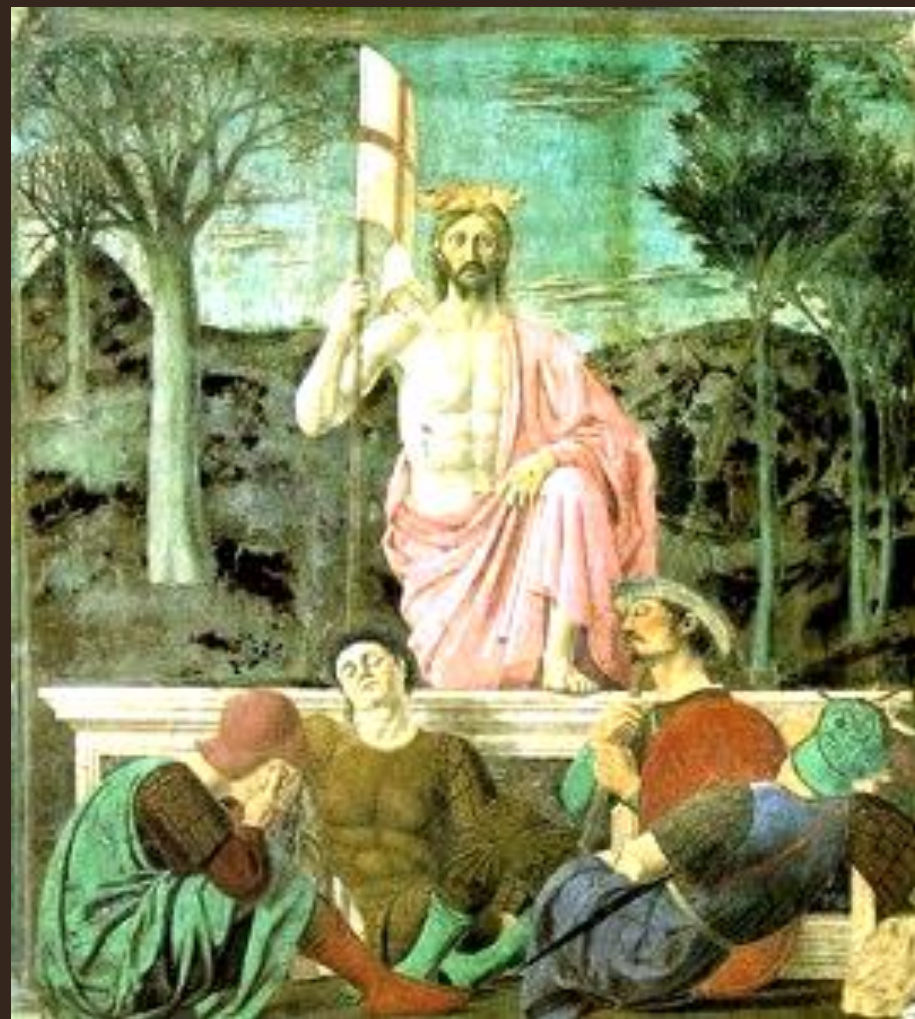
Dalla Risurrezione viene
generata una nuova umanità.

E' la NOSTRA PASQUA

GESU' RISORGE

Il primo giorno della settimana, al mattino presto le donne si recarono al sepolcro.... Trovarono che la pietra era stata rimossa dal sepolcro e, entrate, non trovarono il corpo del Signore Gesù.

.....ecco due uomini presentarsi a loro in abito sfolgorante..... quelli dissero loro: «Perché cercate tra i morti colui che è vivo? Non è qui, è risorto.



Il pane quindi, ha tanti significati:
è **fatica**, è **gioia**, è **vita**.

Quando si fa la pizza in casa,
senz'altro viene **condivisa** con
qualcuno e...
che allegria, che gioia!

Così è il **Pane Eucaristico**, pane
di Comunione nell'Amore: **Vita**.



Gesù ci è necessario come il pane! (papa Paolo VI).

Ed ecco in quello stesso giorno due di loro erano in cammino per un villaggio distante circa sette miglia da Gerusalemme, di nome **Emmaus**, e conversavano di tutto quello che era accaduto.

Mentre discorrevano e discutevano insieme, Gesù in persona si accostò e camminava con loro. Ma i loro occhi erano incapaci di riconoscerlo.

.....Quando furono vicini al villaggio dove erano diretti, egli fece come se dovesse andare più lontano. Ma essi insistettero:
«Resta con noi perché si fa sera e il giorno già volge al declino».....



... lo riconobbero nello spezzare il pane.